

УДК 159.94

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ПРОКРАСТИНАЦИИ ЛИЧНОСТИ

М. Д. Михайличенко

*курсант психологического факультета
Академии права и управления ФСИИ России
Научный руководитель: И. В. Черемисова,
профессор кафедры общей психологии
Академии права и управления ФСИИ России,
доктор психологических наук, доцент*

Первые упоминания психологического феномена прокрастинации появились в середине XVIII века в Оксфордском словаре 1548 года. Прокрастинация — склонность к постоянному откладыванию даже важных и срочных дел, приводящая к жизненным проблемам и негативным психологическим последствиям [1; 2].

Первые научные исследования прокрастинации появились в 70-х годах XX века в США. В научный оборот термин «прокрастинация» ввел в 1977 году П. Рингенбах. Были разработаны опросники для изучения прокрастинации (Методика выявления перфекционизма Шулера; Общая шкала прокрастинации К. Лэй (1986); Шкала перфекционизма Хьюитта-Флетта (1987); Шкала прокрастинации Б. Такмана (1991). В начале XXI века изучать этот феномен начали российские психологи Н. Шухова (1996); Е. Л. Михайлова (2007); Я. И. Варваричева (2008, 2010). В 2000 году С. Бранлоу и Р. Ризингер исследовали зависимость прокрастинации от мотивации.

Исследователи различают 5 видов прокрастинации: ежедневная; прокрастинация в принятии решений; невротическая; компульсивная; академическая [1].

Теоретический анализ исследований по проблеме прокрастинации позволил выделить качества личности, склонной к прокрастинации: перфекционизм, низкая самооценка, низкий уровень мотивации достижения, неудовлетворенность своей жизнью, отсутствие четких планов на будущее, неумение справляться со стрессом, низкий уровень саморегуляции, детские травмы.

Нами была разработана анкета для исследования личностных характеристик людей, склонных к прокрастинации.

На основе выводов теоретического анализа планируется провести эмпирическое исследование склонности к прокрастинации курсантов Академии ФСИН России.

1. Варваричева Я. И. Феномен прокрастинации: проблемы и перспективы исследования // Вопросы психологии. М., 2010. № 3. С. 121–130. [Вернуться к статье](#)
2. Калинина Т. В. Феномен прокрастинации: современные исследования [Электронный ресурс] // Приволжский научный вестник: электрон. журнал. № 11. 2016. URL: <https://cyberleninka.ru/article/v/fenomen-prokrastinatsii-sovremennye-issledovaniya> (дата обращения: 11.01.2020). [Вернуться к статье](#)